

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DALAM  
MENGUNAKAN JEJARING SOSIAL DENGAN  
PRO KRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA SMA**

**SKRIPSI**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG  
2015**

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DALAM  
MENGUNAKAN JEJARING SOSIAL DENGAN  
PRO KRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA SMA**

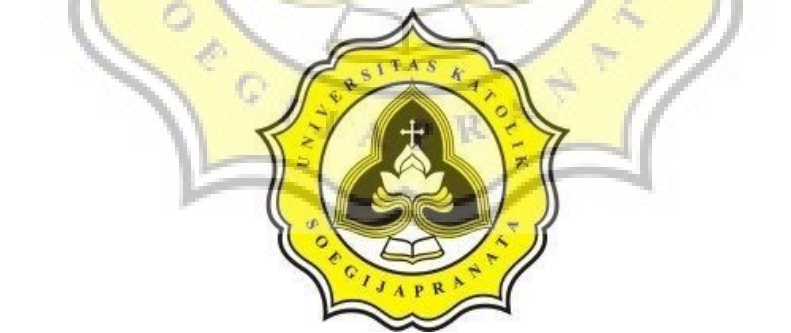
**SKRIPSI**

**Ditujukan kepada Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang  
Untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Guna  
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

**Oleh:**

**BungaAnditaNurhutami**

**10.40.0102**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG  
2015**

## HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima untuk  
Memenuhi Sebagian Syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi

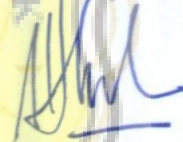
Pada Tanggal

21 Oktober 2015

Mengesahkan,  
Fakultas Psikologi

Universitas Katolik Soegijapranata

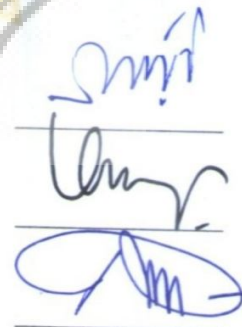
Dekan,



Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes

### Dewan Penguji

1. Dr. A. Rachmad Djati Winarno, MS
2. Dra. R.A. Praharesti Eriany, M.Si
3. Dra. M. Yang Roswita, M.Si



## HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan untuk.....

Mama, Papa, Eyang ... Terima kasih atas segala bentuk doa, cinta, kasih sayang, perhatian, pengertian, kesabaran yang tak henti-hentinya diberikan untukku ...

Adek Dina serta saudara-saudara yang selalu memberikan semangat untukku ...

My beloved “someone” and my beloved friends yang selalu menghibur dan yang tak henti-hentinya memberikan semangat untukku .....



## HALAMAN MOTTO

Orang-orang yang sukses telah belajar membuat diri mereka melakukan hal yang harus dikerjakan ketika hal itu memang harus dikerjakan, entah mereka menyukainya atau tidak

-Aldus Huxley-

**Sesuatu yang belum dikerjakan, seringkali tampak mustahil. Kita baru yakin jika kita telah berhasil melakukannya dengan baik.** (Evelyn Underhill)

Temukan makna hidup melalui potensimu \*Yohanes Ade\*

**Gunakanlah waktu sebaik-baiknya, karna waktu tidak bisa akan berputar kembali .**

**“MAN JADDA WAJADA”**

Barang siapa yang bersungguh-sungguh, maka dia akan berhasil

**-Pepatah Arab-**

## UCAPAN TERIMA KASIH

Segala puji bagi Allah SWT, atas karunia yang telah diberikan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Ucapan terima kasih penulis juga sampaikan kepada:

1. Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katholik Soegijapranata Semarang.
2. Dr. A. Rachmad Djati Winarno, MS, selaku pembimbing utama skripsi yang telah bersedia memberikan waktu, menyisihkan waktu, memberikan bimbingan, dan kesempatan kepada penulis selama penyusunan dan penyelesaian skripsi ini.
3. Drs. George Hardjanta, M.Si, selaku dosen wali yang telah memberikan saran dan masukan selama penulis menjalani studi.
4. Bapak Toto selaku Kepala SMA Kesatrian 1 Semarang.
5. Bapak Candra selaku Wakil Kepala SMA Kesatrian 1 Semarang.
6. Ibu Sri selaku Guru Bimbingan Konseling SMA Kesatrian 1 Semarang yang telah membantu kelancaran jalannya penelitian.
7. Siswa-siswi SMA Kesatrian 1 Semarang yang telah bersedia meluangkan waktu dan kerjasamanya selama penelitian berlangsung.

8. Seluruh staf pengajar Fakultas Psikologi Universitas Katholik Soegijapranata atas segala ilmu yang telah diberikannya dan yang tak ternilai harganya.
9. Seluruh staf tata usaha, perpustakaan, kebersihan, dan keamanan atas segala bantuannya.
10. Eyang uti, mbah uti, Papa Edy Purwantoro dan Mama Ida Nurhenie, orang tuaku yang selalu mendukung dan selalu mencoba memahami kondisi penulis. Terima kasih atas segala doa, perhatian, pengertian serta dukungan yang tiada hentinya.
11. Mamah Tut, mamah Yung, Tetis, Bude Yul, Tante Anti, Dek Dina, saudara-saudara penulis Mbak Anggra, Mbak Vina, Mbak Diyah, Mas Boni, Mbak Rina, Mas Dodi, Mas Hendra, Mbak Santi, Mbak Nungki, Mas Didot, dek Nita, dll yang memberi kekuatan dengan caranya sendiri. Ponakan-ponakan yang selalu menghibur Disty, Iko, Tata, Karenina, Harsa, Keynan, dll. Terima kasih atas segala kebaikan kalian yang diberikan kepadaku.
12. My best Friends, nyak Anessya, beb Itta, dek Intan, mami Titie, Tim Psikodut : cicik Gwenny, Dwiara, Bonita, Dewani, Arum, Sylva, Ruth.

13. Mas Tyo, mas Yudas, Agung, mas Ade, mas Ajik, mas Taufiqul (cici).

Doa, perhatian, dukungan serta semangat terhadap penulis baik dalam penyusunan skripsi maupun pembelajaran hidup.

14. Teman-teman angkatan 2010 fakultas Psikologi Universitas Katholik Soegijapranata yang sudah memberikan kesan terbaik selama empat tahun kita bersama.

15. Semua pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini.

Disadari sepenuhnya bahwa skripsi ini jauh dari sempurna, untuk itu saran dan kritik yang membangun terbuka untuk siapapun. Semoga skripsi ini dapat berguna bagi setiap kalangan yang membacanya.

Semarang, Oktober 2015

Penulis



**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DALAM MENGGUNAKAN  
JEJARING SOSIAL DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA  
SISWA SMA**

**Oleh : BUNGA ANDITA NURHUTAMI**

FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

**ABSTRAKSI**

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui secara empirik ada tidaknya hubungan kontrol diri dalam menggunakan jejaring sosial dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi SMA Kesatrian 1 Semarang pengguna jejaring sosial dan sampel penelitian berjumlah 60 siswa SMA. Penentuan sampel menggunakan teknik *quota sampling*. Pengumpulan data menggunakan skala prokrastinasi akademik yang terdiri dari 24 item ( $\alpha = 0,913$ ) dan skala kontrol diri dalam menggunakan jejaring sosial yang terdiri dari 23 item ( $\alpha = 0,937$ ). Hipotesis diuji dengan menggunakan rumus korelasi *Product Moment* dari Pearson dan mendapatkan hasil sebesar -0,601 dengan  $p < 0,01$ . Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima. Hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kontrol diri dalam menggunakan jejaring sosial maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademiknya, dan sebaliknya. Hal ini berarti hipotesis diterima. Sumbangan efektif kontrol diri dalam menggunakan jejaring sosial dengan prokrastinasi akademik sebesar 36,1% sisanya 63,9% merupakan faktor-faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

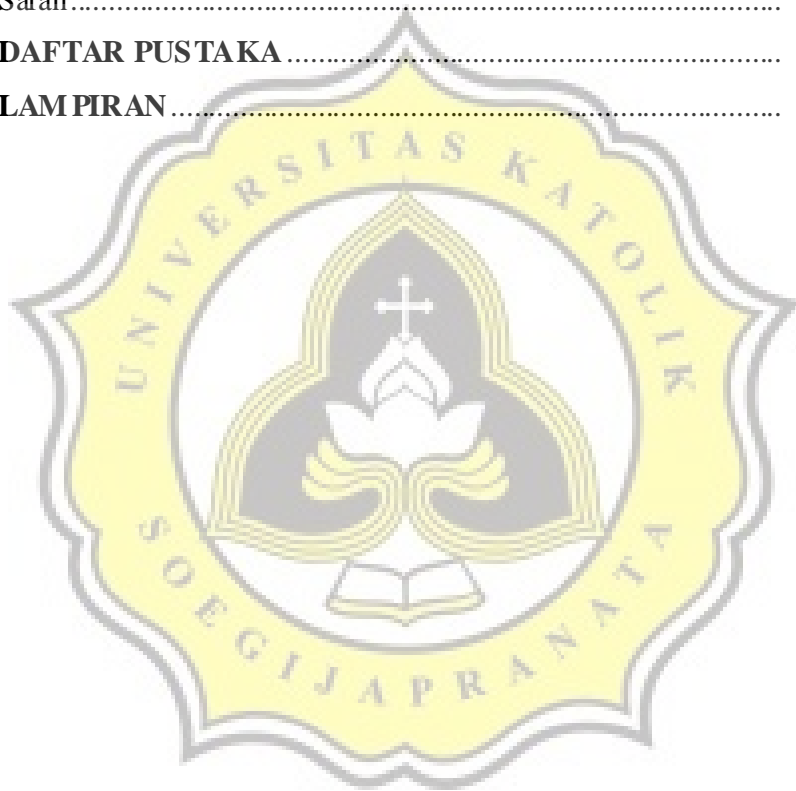
Kata kunci : Prokrastinasi akademik, kontrol diri dalam menggunakan jejaring sosial, siswa SMA.

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	ii
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	iii
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN.....</b>	iv
<b>HALAMAN MOTTO .....</b>	v
<b>UCAPAN TERIMA KASIH.....</b>	vi
<b>ABSTRAKSI.....</b>	ix
<b>DAFTAR ISI .....</b>	x
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	xiii
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	xiv
<b>BAB I : PENDAHULUAN.....</b>	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Tujuan Penelitian.....	10
C. Manfaat Penelitian.....	10
<b>BAB II : TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	11
A. Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA.....	11
1. Pengertian Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA .....	11
2. Indikator Prokrastinasi Akademik .....	14
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik ..	18
B. Kontrol Diri dalam Menggunakan Jejaring Sosial .....	22
1. Pengertian Kontrol Diri dalam Menggunakan Jejaring Sosial.....	22
2. Aspek-aspek Kontrol Diri.....	24
C. Hubungan Kontrol Diri dalam Menggunakan Jejaring Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA .....	27
D. Hipotesis .....	30

<b>BAB III : METODE PENELITIAN .....</b>	<b>31</b>
A. Identifikasi Variabel Penelitian .....	31
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	31
1. Prokrastinasi Akademik .....	32
2. Kontrol Diri dalam Menggunakan Jejaring Sosial .....	32
C. Subjek Penelitian .....	33
1. Populasi dan Sampel .....	33
2. Teknik Pengambilan Sampel .....	33
D. Metode Pengumpulan Data .....	34
1. Skala Prokrastinasi Akademik .....	35
2. Skala Kontrol Diri .....	36
E. Uji Coba Alat Ukur .....	38
1. Uji Validitas Alat Ukur .....	38
2. Uji Reliabilitas Alat Ukur .....	39
F. Metode Analisis Data .....	39
<b>BAB IV: LAPORAN PENELITIAN .....</b>	<b>40</b>
A. Orientasi Kancan Penelitian .....	40
B. Persiapan Penelitian .....	41
1. Penyusunan Skala Penelitian .....	41
a. Skala Prokrastinasi Akademik .....	42
b. Skala Kontrol Diri dalam Menggunakan Jejaring Sosial .....	43
2. Tahap Perijinan Penelitian .....	43
3. Uji Coba Alat Ukur .....	44
a. Validitas dan Reliabilitas Skala Prokrastinasi Akademik .....	45
b. Validitas dan Reliabilitas Skala Kontrol Diri dalam Menggunakan Jejaring Sosial .....	46
C. Pelaksanaan Penelitian .....	49
<b>BAB V: HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>50</b>
A. Uji Asumsi .....	50

1. Uji Normalitas .....	50
2. Uji Linieritas .....	51
B. Uji Hipotesis.....	51
C. Pembahasan.....	52
<b>BAB VI : PENUTUP</b> .....	56
A. Kesimpulan.....	56
B. Saran .....	56
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	58
<b>LAMPIRAN</b> .....	62



## DAFTAR TABEL

### Tabel

1. Rancangan Jumlah Item Skala Prokrastinasi Akademik .....	35
2. Rancangan Jumlah Item Skala Kontrol Diri Dalam Menggunakan Jejaring Sosial .....	36
3. Sebaran Nomor Item Skala Prokrastinasi Akademik .....	41
4. Sebaran Nomor Item Skala Kontrol Diri Dalam Menggunakan Jejaring Sosial .....	42
5. Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Prokrastinasi Akademik .....	45
6. Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Kontrol Diri Dalam Menggunakan Jejaring Sosial .....	46
7. Sebaran Nomor Item Baru Skala Prokrastinasi Akademik .....	47
8. Sebaran Nomor Item Baru Skala Kontrol Diri Dalam Menggunakan Jejaring Sosial .....	48

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
D. Lampiran Skala Penelitian .....	62
A-1. Skala Uji Coba .....	62
A-2. Skala Penelitian .....	62
E. Lampiran Data Uji Coba .....	63
B-1. Data Uji Coba Prokrastinasi Akademik .....	64
B-2. Data Uji Coba Kontrol Diri dalam Menggunakan Jejaring Sosial .....	66
F. Lampiran Validitas dan Reliabilitas Skala Penelitian .....	68
C-1. Hasil Uji Coba Skala Prokrastinasi Akademik .....	69
C-2. Hasil Uji Coba Skala Kontrol Diri dalam Menggunakan Jejaring Sosial .....	73
G. Lampiran Data Penelitian .....	77
D-1. Data Skala Prokrastinasi Akademik .....	78
D-2. Data Skala Kontrol Diri dalam Menggunakan Jejaring Sosial .....	82
H. Uji Asumsi .....	86
E-1. Uji Normalitas .....	87
E-2. Uji Linieritas .....	88
I. Hasil Analisis Data .....	89
J. Surat Penelitian .....	91
G-1 Surat Ijin Penelitian .....	92
G-2 Surat Bukti Penelitian .....	93